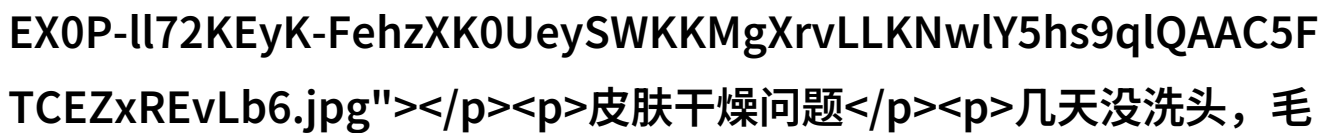
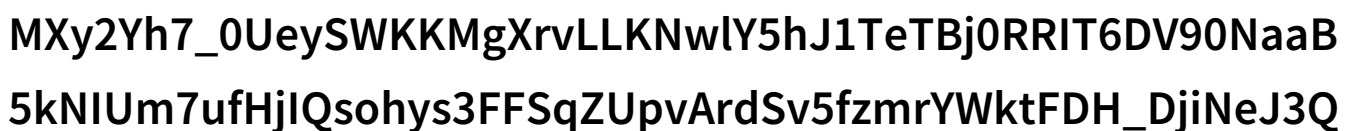


皮痒日记几天没C的尴尬历程

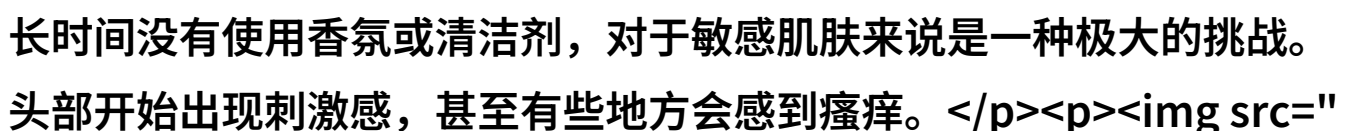
皮痒日记：几天没C的尴尬历程

皮肤干燥问题

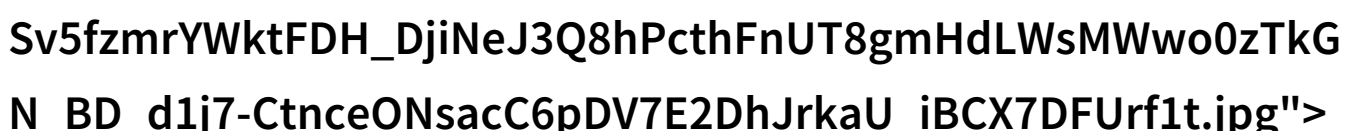
几天没洗头，毛发变得油腻不堪，脱落也更加明显。这种情况下，即使是最简单的日常护理都显得困难。

头部刺激感

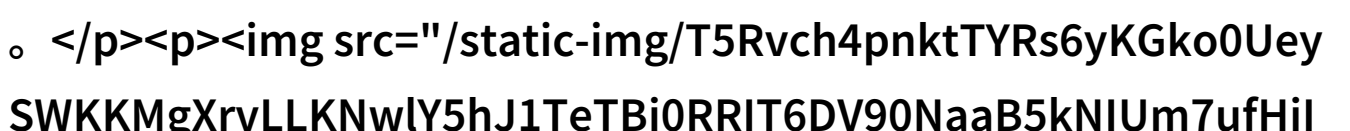
长时间没有使用香氛或清洁剂，对于敏感肌肤来说是一种极大的挑战。头部开始出现刺激感，甚至有些地方会感到瘙痒。

脱屑加剧

由于缺乏适当的滋润和保护，大量的死皮细胞积累在头皮上，加速了脱屑过程，使原本就不好的状况变得更为严重。

毛发质地变化

毛发变得脆弱、易断，这也是因为缺少足够的营养和滋润。每次梳理都感觉到毛发轻易断裂，让人倍感沮丧。



sacC6pDV7E2DhJrkaU_iBCX7DFUrf1t.jpg"></p><p>发际线模糊化</p><p>随着时间推移，不仅是头发本身的问题，连发际线也开始模糊起来。这对追求完美形象的人来说，无疑是一个巨大的打击。</p><p>心理压力增大</p><p>面对这些问题，每一次镜子前的一瞥都是一个新的挑战。心理上的压力与身体上的痛苦交织在一起，为生活带来了额外的心理负担。</p><p>下载本文pdf文件</p>